قطوف من الحياة

قطوف من الحياة



أحلام فوزي

خواطر

رقم الإيداع: ٣٠٨٧/ ٢٠٢١

تدمك: ٩٧٨-٩٧٧-٦٧٩٨-٣٨-٠

الطبعة الأولى: مارس ٢٠٢١

الفؤاد للنشر والتوزيع

برج سانت فاتيما – أمام جنينة مول – مدينة نصر

Alfouad_Publishing@hotmail.com

غلاف وإخراج فني: د. بولا وجيه

قطوف من الحياة

أحلام فوزي

الفؤاد للنشـــر والتــوزيـــع



مقدمة

الحياة رحلة جميلة، يوجد بها بالتأكيد أحزان وآهات. ولكن لهذا خلقنا الله سبحانه وتعالى، لكي يرى مَن مِن البشر يصبر ويتحمل تحديات الحياة، ومن يجزع من أول الرحلة.

كثيرون من البشر يعيش ليأكل وينام، ولكن يوجد كثيرون أيضاً يعيشون ليتركوا أثرًا في الحياة ومكانة عالية في المجتمع، وتكون لهم سيرة نافعة في المجتمع.

" وقد مات قوم وماتت فضائلهم وعاش قوم وهم في الناس أموات"

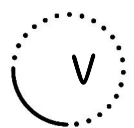
هذه الحياة مجرد رحلة سوف نشارك فيها بعضنا البعض، ولكن في كل محطة سوف يتركنا أناس لكي يأتي مكانهم أناس آخرون، نفترق لكي نلتقي مرة آخرى.

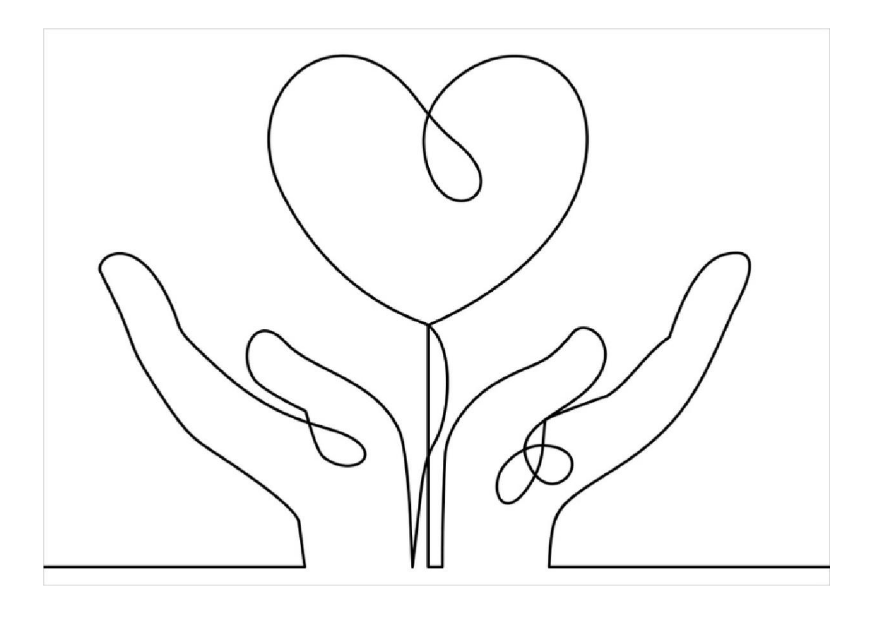
يعجبني مبدأ القطار لا ينتظر من لا ينتظره.

قال علي بن أبي طالب (رضي الله عنه): " **إذا أبصرت العين الشهوة عمي القلب عن العواقب**".

∾

أسعِدوا من تحبون قبل أن تبكوا على وداعهم.





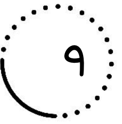
حسن الخلق

بأخلاقنا نرتفع ونرتقي عن بقية البشر، لا تندم على حسن خلقك لو أساء إليك الناس، كن واثقًا أنك لن تسلم من كلامهم على أي حال، لأن إرضاء الناس غاية لا تدرك.

اجعل أخلاقك هي عنوانك، ورسولنا الكريم هو مثلك، قال الله تعالى في سورة القلم عندما وصف النبي: وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ. ارق وارتقِ ولا تنخفض للذين في القاع، لأن هذا هو مكانهم؛ عش بأخلاقك في القمم، فإذا كانت قدمك تترك أثرًا في الأرض، فليترك لسانك أثرًا في القلب.

هنيئًا لمن لا يظلم أحدًا، ولا يغتاب أحدًا، ولا يترك جرحًا في قلب إنسان.

الناس كالأمواج، إذا رضيت بما يقولونه أغرقوك، وإذا عارضتهم أتعبوك.



قال علي بن أبي طالب (رضي الله عنه): **"الوردة تحميها أشواكها، أما المرء فتحميه أخلاقه"**.

ويقول الدكتور وسيم يوسف: " الأخلاق هي الشيء الوحيد الذي لا يُوّرَث، ولكن الأخلاق تُعلم تُدرس تُربى، الأخلاق لا تموت، صاحب الخلق رائحته عطرة إلى يوم الدين، حسن الخلق لم يجعل الله له ذكراً معيناً، بل تدرب وتعلم حسن الخلق".

∾

ما لا ترضاه لنفسك لا تؤذي به غيرك.





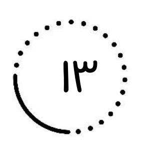
المعاملة الحسنة

جميع الأديان تدعونا إلى حسن المعاملة، فالكلمة الطيبة صدقة، وشبّه الله الكلمة الطيبة بالشجرة الطيبة وثمارها طيبة ودائمة.

كان ابن المبارك له جار يهودي فكان يُطعم اليهودي قبل أبنائه ويكسوه قبل أبنائه. ثم جاء أحد ليشتري دار اليهودي قائلاً: بعنا دارك؛ فقال اليهودي: داري بألفي دينار، ألف قيمتها وألف جوار ابن المبارك.

سمع ابن المبارك بذلك، فقال: اللهم اهده إلى الإسلام، فتقبل الله دعوته، وأسلم بإذن الله.

هناك أناس ليسوا على دين الإسلام، ولكن يعاملون الناس معاملة حسنة وهذا يسمى "فن المعاملة" مع أي إنسان، صغيرًا كان أم كبيراً، لأن المعاملة تختلف من عمر لآخر.

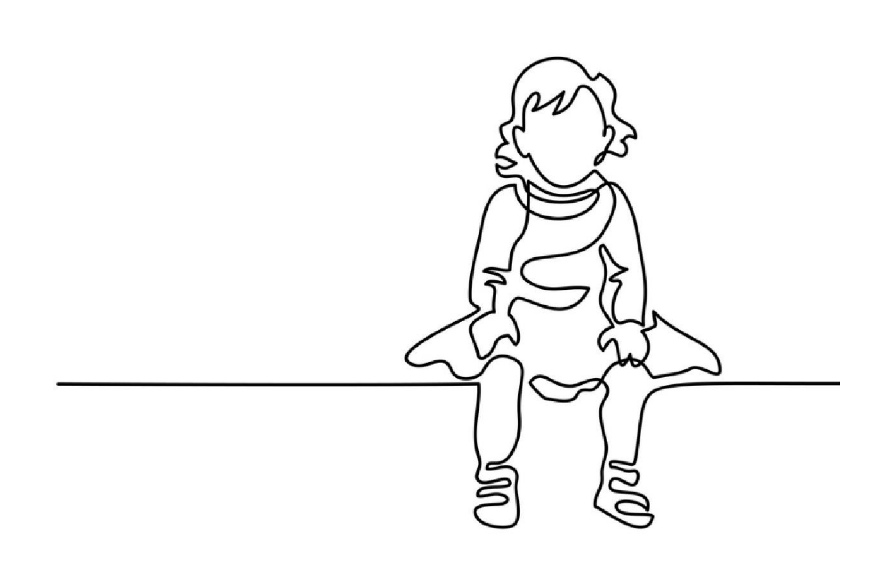


من المهم أن نقتدي برسولنا الكريم وننظر كيف كان يتعامل مع الأطفال والصحابة والشيوخ.

قال تعالى في سورة آل عمران مخاطبًا نبينا الكريم:

﴿وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ﴾

ليس دائمًا العطاء بالمنح، أحيانًا يكون العطاء بالمنع.



القناعة كنز لا يفنى

كم لخصت هذه الحكمة كثيرًا من الكلمات؛ فمن أهم أساسيات الحياة السليمة والإيجابية التي تجعل الإنسان يعيش حياته دون أي منغصات على حالته النفسية هي " القناعة ".

القناعة بما كتب الله لك من رزق، والرضا بما قسم الله لك تجعل نفسك مطمئنة، وثق أن ما عندك يكفيك وأن حالك هو أحسن حال، لأن الإنسان إذا نظر لما في يد غيره أصيب بالحسد الذي يأكل من صحته النفسية وأيضًا الجسدية، ويعتبر الحسد مرضاً من أشد الأمراض النفسية يأكل من صحة الإنسان، ويصبح أكثر إحباطًا وحقدًا على غيره.

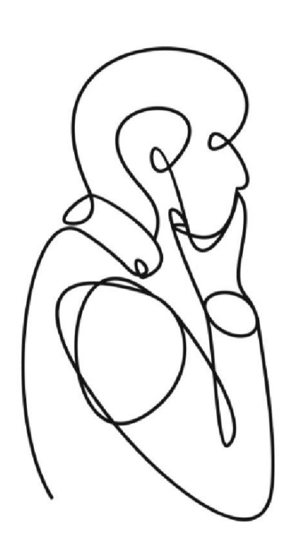
والشيء الوحيد الذي يجب أن يعرفه الإنسان هو أن هذا الحال الأنسب له، لأن الدنيا دار فناء، " والآخرة خير وأبقى ".

باب ومفتاح، وغرفة تدخلها الرياح، وقلب مرتاح، مع تقوى وصلاح، قد نلت النجاح.

وأجمل ما قال الدكتور " وسيم يوسف " عن القناعة:

انظروا لما وهبكم الله ولا تنظروا لما حُرمتم منه، انظروا لما تملكون وما بين أيديكم ولا تنظروا لما ينقصكم، هذا أجدر ألا تزدروا نعمة الله. أنت تملك ثوبًا وغيرك يتمنى أن يستر نفسه، تملك طعام العشاء وغيرك يتمنى لو يأكل طعام الغداء؛ ربما تملك في جعبتك مائة درهم وغيرك يتمنى لو عشرة دراهم.

سيعوض الله قلبك لأنه نقي، والله لا يخذل الأنقياء.



الضمير

ضمائرنا تجعلنا نشعر بمن حولنا وبقربهم لقلوبنا، وتُجنبنا الوقوع في أخطاء تشوه نقاء قلوبنا وطمأنينة أرواحنا وعذوبتها، وتشوّه صورنا في أعين من حولنا من أفراد المجتمع. ضميرك ليس عضوًا جسديًا، لكنه عقيدة بداخلك تحاسبك على أي فعل يصدر منك ولا يتفق مع تلك العقيدة. يجب عليك أن تسمع ما يمليه من أوامر وأحكام لكي تُصلح ما ارتكبته من أخطاء في حق نفسك وفطرتك التي خُلقت بها أولاً، وحق غيرك عليك ثانياً؛ لكن لا تجلد ذاتك وتقسو عليها وتُضعف ثقتها في نفسها؛ حاسبها بلين قلب وحكمة عقل وسعة صدر، لأن ديننا الحنيف دائماً يدعونا إلى الأخلاق الرفيعة، وأن نفعل ما فيه صلاح الأمة جميعاً.

علينا أن نحاسب أنفسنا قبل الرحيل إلى الله سبحانه وتعالى.

فقد قال تعالى في سورة مريم **وَكُلُّهُمْ آتيه يَوْمَ الْقِيَامَة فَرْدًا.**

اجعل ضميرك متيقظًا دومًا ولا تكبته بكثرة الأخطاء وعدم محاسبة النفس عليها، فالنفس أمارة بالسوء إلا ما رحم ربي، لذا نفذ ما يمليه عليك ضميرك لتصحيح ما ارتكبت من أخطاء.

إياك أن تكون مثل أولئك الذين يرتكبون الكثير من الأخطاء ولا يلقون بالاً لمن يتضرر من بعدهم، لأن ضمائرهم شبه منعدمة، لا يوجد بها حياة، وانحرفت عن الفطرة السليمة.

قال تعالى في سورة الكهف **وَوُضِعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرِمِينَ مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَا وَيْلَتَنَا مَالِ هَٰذَا الْكِتَابِ لَا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا**

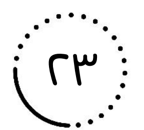
الأشخاص الأكثر تعاسة والأكثر ندمًا هم من توقظ الحياة ضمائرهم بدروسٍ قاسية في أقرب الأشخاص إلى قلوبهم، ولكن

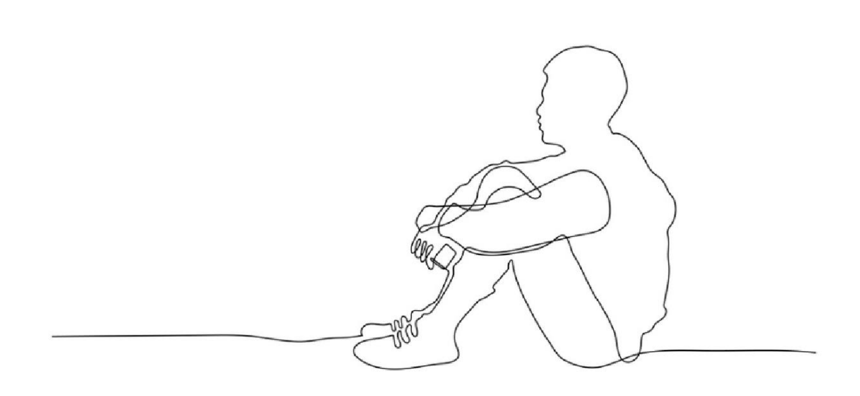
بعد فوات الوقت، حين لا يفيد الندم والحسرة في العودة إلى الوراء لإصلاح ما أفسدوه وما ترتب عليه من أذى للآخرين.

قال تعالى في سورة البقرة وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ. يخبرنا الله ألا ننحرف عن الطريق السليم والفطرة السوية التي خلقنا بها، وأن تكون ضمائرنا مليئة بالحياة والإحساس بالآخرين وإصلاح المجتمع وحب الخير للجميع.. حب لأخيك ما تحب لنفسك.

ضمائرنا وقودنا، فاجعل ضميرك دائماً يحاسبك على كل فعل، سواء كان صغيرًا أو كبيرًا كي تحلو لك الحياة وتظهر لك في أجمل صورها.

∾





الصبر على الابتلاء

الصبر هو صفة من صفات المؤمنين الصادقين الذين يرون أن كل شيء في الحياة له حكمة من الله (عز وجل)، ويثقون ثقة عمياء أن هذا الحال يومًا ما سوف يتغير، لأن بعد كل هم فرج من الله سبحانه وتعالى.

الصبر الأعظم يكون عند فراق شخص غالٍ أخذه الموت، فيقول المرء إنّا لله وإنّا إليه راجعون، لأن الإنسان مهما جزع وحزن فمن المستحيل أن يرجع له فقيده، وما عليه إلا التمسك بالصبر؛ لأن الله يبتلي الإنسان لكي يرى ردة فعله هل يصبر أم يجزع، وقال تعالى في سورة الزمر ﴿إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُم بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾

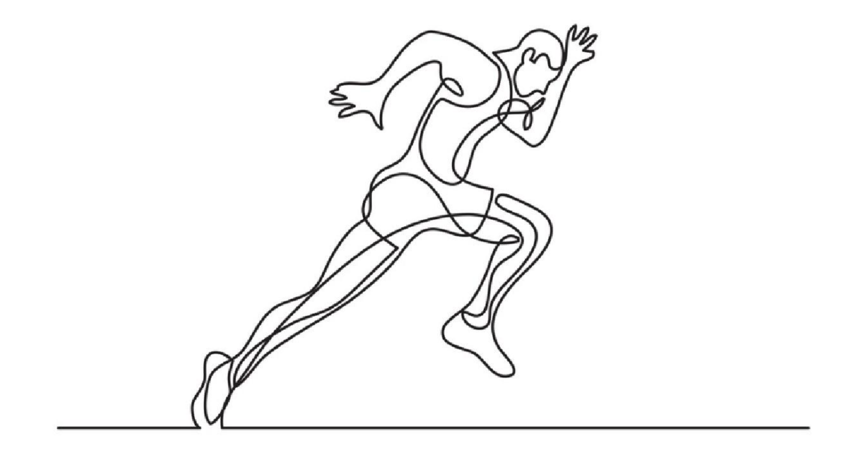
وفي وصف الجنة، قال رسولنا الكريم إن فيها ما لا عين رأت ولا أذن سمعت ولا خطر على قلب بشر.

ذُكر الصبر في كتاب الله كثيراً وقال فيه تعالى في سورة آل عمران اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا،وهل لنا زاد غير الصبر؟ فإن النصر مع الصبر، والفرج مع الكرب، وإن مع العسر يسرا.

قال عمر رضي الله عنه:"بالصبر أدركنا حسن العيش"، وقال رسولنا الكريم "من يتصبر يصبّره الله" صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم.

اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ، فهما وقود الحياة وزاد السير وباب الأمل ومفتاح الفرج؛ ومن لزم الصبر وحافظ على الصلاة فبشره بفجر صادق وفتح مبين ونصر قريب.

لن تستطيع أن تحوز على حب الناس كلهم، فبعض الناس لا يحبون حتى أنفسهم.



الصحة

نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ

ما أجمل الصحة التي لا تقدر بكنوز العالم، ولا يعرف قيمتها سوى من فقدها. قال عمر بن الخطاب "الراحة للرجال غفلة وللنساء غُلمة"؛ والصحة ما أعظمها نعمة من نِعم الله عز وجل التي لا تعد ولا تحصى، وهي الشيء الوحيد الذي لا يُباع ولا يُورث. فما أجمل صحة الأبدان التي نتمتع بها في حياتنا ونحسّن بها في المجتمع؛ فلولا الصحة لعجزنا عن تعمير الأرض.



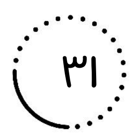
...

الاكتئاب

الاكتئاب يجتاح العالم، لا يفرق بين الدول ولا الشخصيات، إنه مرض يصيب الغني والفقير، وفي نهاية الأمر يلجأ الاغلبية إلى الانتحار والعياذ بالله. الأرقام تؤكد أن ضحايا الانتحار في العالم وصلوا إلى ٢٠٠ مليون، والإحصائيات تؤكد ان واحداً على الأقل من كل عشره أفراد على وجه الأرض مصاب بهذا الداء المميت؛ لكن السلاح الوحيد الذي يحفظنا من مثل هذه الأمور هو التسلح بالإيمان للنجاة من براثن هذا المرض.

كم أشرفنا على الهلاك مرات عديدة ثم سلّمنا، وكم مرة ضاقت علينا السبل وأظلمت في وجوهنا الآفاق، وإذا هو الفتح من عند الله،

قال تعالى في سورة الإنعام **قُلِ اللّهُ يُنَجّيكُم مّنْهَا وَمِن كُلّ كَرْبٍ**



فلماذا الاكتئاب وقد خلقنا الله لنعمر هذا الكون، لماذا اليأس والله رحيم بعباده!

الاكتئاب يعتبر أول بوابة للانتحار، وكم من الجرائم التي يكون سببها الرئيسي هو الاكتئاب. ذكر ابن كثير في تفسيره اثر قدسي "وعزتي وجلالي ما من عبدٍ اعتصم بغيري إلا أسخت الأرض من تحت قدميه"، ونصح أيضًا الإمام ابن تيميه بالإكثار من قول "لا حول ولا قوة إلا بالله، فإنها بها تُحمل الأثقال وتُكابد الأهوال، ويُنال رفيع الأحوال".

وتحدث الدكتور علاء فرغلي، استشاري الطب النفسي، عن الاكتئاب ومقاومته بعده طرق:

1 -الإيحاء الذاتي بالسعادة.

2 -لا تنحسر ولا اتسخط الدنيا اذا اكتشفت اسباب ضعفك او خطاك

3 -درب نفسك على مقاومة الشعور بالاكتئاب

4 -قوّي النواحي الدينية والروحية والاتصال بالله

5 -سامح أولئك الذين يخطئون إليك

6 -جدد ذهنك يوميًا

7 -كن إيجابيًا دائمًا

8 -اجعل مهنتك فنًا رفيعًا

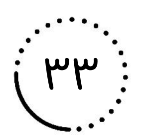
9 -احرص على شغل وقت الفراغ

10 - حافظ على سلامتك البدنية والنفسية

11 - سلم نفسك لخدمة الآخرين

رب كلمة سلبت نعمة ولو ذلة اوجبت ذلة وكم من خلوة حلوة وصاحب العزلة فيها عزله







الرضا بما قسم الله

الرضا أنواع: منها الرضا بالخير والشر، لأن الله سبحانه وتعالى خلق الحياة الدنيا ليبلوكم أيكم أحسن عملا.

فارضَ بما قُسم لك من جسم وفكر وهيئة وجمال وكل عطاء أعطاه الله لك، وهذا منطق القرآن الكريم والسنة أن الحمد والرضا بما قسم الله لك هو مصدر السعادة.

أغلب علماء السلف وأكثر الصحابة كانوا فقراء، لم يكن لهم أملاك كثيرة، ولا مساكن فاخرة ولا واسعة ولا بهية ولا خدم، ومع ذلك أثروا الحياة وأسعدوا أنفسهم وما حولهم برضاهم عما عندهم من عطايا الله لهم، فبارك الله لهم في أوقاتهم وأولادهم ورعيتهم. وعلى العكس من هؤلاء، هناك من لديهم الكثير من النعم والأموال والخيرات والأولاد، ولكن كانت هذه النعم سبب تعاستهم وشقائهم في هذه الحياة، لأنهم ببساطة إنحرفوا عن

الفطرة السوية، وهذا دليل على أن الأشياء والأموال ليست كل شئ في الحياة.

إن أردت أن تكون سعيدًا في هذه الحياة، إرضَ بما وهبه لك الله سبحانه وتعالى من جمال وأموال وأولاد وكل شئ أعطاه الله لك.

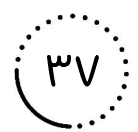
ويوجد كثير من اللامعين الذين بُخسوا حظوظهم الدنيوية وكانوا سعداء وراضين بما قسم الله لهم، ومنهم الأعمش مُحّدث الدنيا، فقد كان من الموالي وضعيف البصر وفقير ذات اليد وممزق الثياب رث الهيئة والسكن. وعطاء بن رباح، عالم الدنيا في عهده، كان مولى أسود وأفطس مفلفل الشعر.

بل إن الأنبياء الكرام صلوات الله عليهم جميعًا، منهم من رعى الأغنام، ومنهم من خيّط الثياب، ومنهم من كان حدادًا، ومنهم من كان نجارًا وهم صفوة البشر صلوات الله عليهم جميعًا.

قال الدكتور عائض القرني:

إذًا فقيمتك في مواهبك وعملك الصالح ونفعك وخلقك، فلا تحزن على ما فات من جمال أو مال أو عيال وأرض بما قسم الله لك. قال تعالى في سورة الزخرف **نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُم مَّعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا**

في عام من الأعوام انتحر ثمانمائة ألف شخص حول العالم بحسب قوائم منظمة الصحة العالمية، والغريب أن دولاً كالسويد وأمريكا واليابان كانت في قائمة العشر الأوائل، وفرنسا وبريطانيا وكوريا الجنوبية في العشر التي بعدها، وهذه دول تتمتع بمستوى من الرفاهية يصل إلي حد الخرافة؛ في حين لا توجد دولة عربية واحدة ضمن المائة دولة الأولى في معدلات الانتحار، رغم الفقر والاستبداد والبطالة والظلم الاجتماعي، مازال فينا بقية من روح، وهذا هو الشيء الوحيد الذي نملكه ويفتقده العالم.



ويقول ابن القيم رحمه الله، في القلب شعثٌ لا يلمه إلا الإقبال على الله، وفي القلب وحشةٌ لا يزيلها إلا الأُنس بالله، وفي القلب حزنٌ لا يُذهبه إلا الرضا بالله سبحانه وتعالى.

نحن رغم الفقر الأكثر ثراء، ورغم الحروب الأكثر أمنا، ورغم البطالة الأكثر شغلًا. مدينون لهذا الإسلام العظيم الذي سد جوع أرواحنا، وعلمنا أن نصنع من أيسر المقومات حياة.

عِش بما يرضي الله تحلو الحياة

عِش بما يرضي الله كل الخير تلقاه

لا تحزن على شخص لم يعرف قدرك، لأن الأعمى لو لمس جوهرة لن يستطيع أن يثمنها.



...

الحزن

الحزن خمود لشعلة الطلب وهمود لروح الهمة وبرودة في النفس، هو حمّى تشل الجسم وتمحو الأمل والتفاؤل والإجتهاد.

والحزن ليس مقصودًا أصلًا، وإنما نحزن لنذوق للسعادة طعم يجعلنا نفرق بين الشعورين.

ونهى النبي صلي الله عليه وسلم أن يتناجى اثنان دون الآخر لأن ذلك يحزنه، والحزن ليس مرغوبًا ولا مطلوبًا من الأساس، وقال تعالى في سورة المجادلة **إِنَّمَا النَّجْوَىٰ مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا**

الشيطان يُحزن الإنسان كيلا يواصل إلي الأمام نحو الإجتهاد ونحو القمم، بل يريدك الشيطان أن تتقوقع في صومعتك مع حزنك.

قال الله تعالى في سورة البقرة الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ، والحزن هو قرين الهم، والفرق بينهما هو المكروه الذي ينعكس على القلب، فإن كان للمستقبل أورثه الهم، وإن كان لما مضى أورثه الحزن، وكلاهما مرهق للقلب في النهاية.

الحزن يجعلك تشرب كأس الهم والغم واليأس وتفقد الشهية لعمل أي شيء وتذوق أنواع الألم بسبب الحزن. لكن الإنسان لا حيلة له في ما أصابه، عليه فقط الصبر وهو في النهاية مأجور على صبره، فما أصابك الله إلا لكي يسمع صوت دعائك وعظمة قوتك في صبرك.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:- مايصيب المؤمن من هم ولا نصب ولا حزن إلا كفر الله به خطاياه.

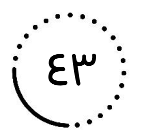
هناك أيضاً حزن محمود، وهو ما كان سببه أن أضعت طاعة أو وقعت في معصية، فإن الحزن على التقصير فى العبادة مع رب

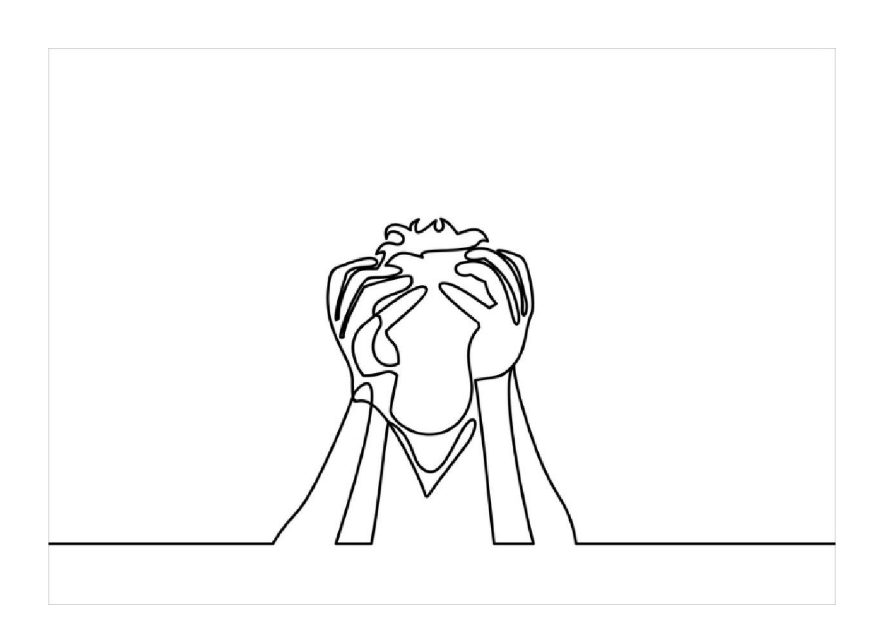
والتفريط في الطاعات لمولاك وحزنك لذلك يدل على قبول الهداية ونور الاهتداء بها. أيها الإنسان، أنت وحدك تعلم ما يسعدك، فاسع إلى إسعاد نفسك واستدعِ الانشراح إلى صدرك واسأل الله الحياة الطيبة والعيشة الرضية وصفاء الخاطر وراحة البال، فإنها نعم عاجلة من عند الله سبحانه وتعالى، وقال بعضهم إن في الدنيا جنة من لم يدخلها لم يدخل جنة الآخرة.

الحزن دولة لا يعيش فيها سوي الدموع.

كثير من الناس يعتقدون أن كل سرور زائل، وكل حزن دائم، فهم يؤمنون بموت السرور ويكفرون بموت الحزن، فلا تكن منهم.

∾





الغضب

الغضب يدمر الإنسان تدميرًا شاملًا، عقلًا وجسدًا، لأنه يفتك بالقلب والعقل، وسمعتك وأخلاقك، ويرهق روحك، لأنه خُلُقٌ عدائي للغاية، وهو صفة مذمومة؛ الغضب ينتهك شخصية الإنسان وسمعته، وقد أوصانا رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم ونهانا عنه. جاء إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم رجل غضوب، فقال:

- يارسول الله أوصني،

قال:

ـ لا تغضب؛ فردد مرارًا، قال لا تغضب. (رواه البخاري)

لأن الغضب يأتي بعده الشتم واللعن، وهي الثمرة المتوقعة؛ فما أسوأ الغضب وأمرّه علي شخصية الإنسان، لذلك اكظم غيظك

واصبر ولا تضيع هيبتك وحلاوة شخصيتك في لحظة من لحظات الغضب.

لو كنت واقفًا اجلس لدقائق حتى يرجع إليك رشدك وتهدأ، وتعود نفسك لطبيعتها وأنت سليم من شرور الانتقام، لأنك لن تنتقم ممن آذاك، وإنما تنتقم من نفسك، لأنك بذلك تقضي على صحتك وعافيتك وسعادتك وضحكتك وسلامتك الداخلية واستقرارك النفسي، فالغضب آتون يحرق كل من يقترب منه، لذا احرصوا على أنفسكم منه.

لا تغضبوا لأننا أخوة في رحلة الحياة، فنحن من أب وأم ركبا سفينة نوح معًا.

غضب رجل من أبي بكر الصديق (رضي الله عنه)فشتمه، وأبو بكر يزاد حلمًا وتبسمًا؛ فرفع الرجل صوته وقال والله لأسبنك سبًا

يدخل معك قبرك، فقال أبو بكر (رضي الله عنه) بل يدخل معك قبرك أنت.

عجز بنو تميم أن يُغضبوا الأحنف بن قيس، حليم العرب، فاستأجروا رجلًا سفيهًا وأعطوه مالًا وقالوا إذا إجتمعنا فجادل الأحنف ثم الطمه، ففعل الرجل فاحتملها الأحنف ولم يغضب وصبر، وقال للرجل: أعطيك مثل ما أعطوك وغاضب فلانًا، وكان من سادتهم وكان غضوبًا شرسًا، فذهب الرجل وغاضبه فقام عليه وطرحه أرضًا وضربه ضربًا مبرحًا وجعله عبرة للمعتبرين.

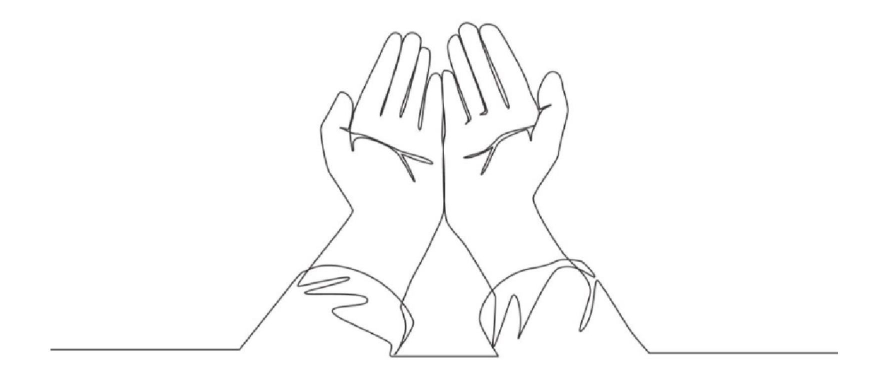
يجب علينا السيطرة علي غضبنا كي ننعم بحياة سعيدة وهنيئة، مليئة بالهدوء والسكينة والتألف في ما بيننا.



راقب أفكارك لأنها ستصبح كلمات، راقب كلماتك لأنها ستتحول إلى عادات، راقب عاداتك لأنها تكوّن شخصيتك، وراقب شخصيتك لأنها ستحدد مصيرك.

∾

قد تكون السعادة أحيانا في ترك الأشياء أكثر من الحصول عليها.



في الصلاة

الصلاة هي صلة بين العبد وربه، وكان النبي صله الله عليه وسلم في المهمات العظيمة يشرح صدره بالصلاة، في غزوات مثل غزوة بدر والأحزاب وغيرها الكثير من الغزوات. وكان رسولنا وقدوتنا إذا أهمّه شيء فزع إلى الصلاة، وكان يقول لبلال مؤذن الرسول (أرحنا بها يا بلال)رضي الله عنه.

إذا صعبت عليك أمور الحياة وضاقت عليك وكثرت الهموم فاهرع إلى الصلاة لأنها ملجأك الوحيد، وراحتك النفسية العظيمة هي في الصلاة فقط، فهي الهدوء والسكينة والطمأنينة لك ولروحك المتعبة من الدنيا.

قال الله تعالى في سورة العنكبوت **إِنّ الصّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنكَرِ.**

ذكر ابن عساكر وابن القيم أن رجلًا من الصالحين لقيه لص في إحدى طرق الشام فأجهز عليه ليقتله، فطلب منه مهلة لكي يصلي ركعتين، فقام فافتتح الصلاة وتذكر قول الله تعالى في سورة النمل أَمَّن يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ فرددها ثلاثًا، فنزل ملك من السماء بحربة فقتل المجرم وقال: ـ أنا رسول من يجيب المضطر إذا دعاه.

الصلاة تعيد لنا الحياة، ونُرضي بها الإله. الصلاة تؤمّن لنا باب النجاح، فيقول العلماء إن أبواب النجاح ألف، ولن تدخلها إلا من باب الالتزام، وقد جعل الله لنا الصلاة كتابًا موقوتًا، فكيف نتعلم من صلاتنا الالتزام؟ هو أن نستيقظ قبل الفجر فنصلي، ثم نتابع باقي الصلوات في الظهر والعصر والمغرب والعشاء، كلٌّ في وقته. فقد سُئل رسول الله صلى الله عليه وسلم: أي الأعمال أحب إلى الله؟ فقال: الصلاة على وقتها .

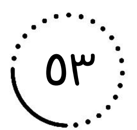
ولا ننس كذلك فضل الصلاة على الرسول صلى الله عليه وسلم، فقد صح عند الترمذي، أن أُبي بن كعب (رضي الله عنه) قال يا رسول الله كم أجعل لك من صلاتي؟ قال (ما شئت)، قال الربع قال (ما شئت وإن زدت فخير)، قال الثلثين؟ قال (ما شئت وإن زدت فخير)، قال: أجعل لك صلاتي كلها؟ قال (إذا يُغفر ذنبك وتُكفى همك)

ويقول ابن تيمية إن أكمل الصلاة على رسول الله صلى الله عليه وسلم هي الصلاة الإبراهيمية:

اللهم صلِ علي محمد وعلى آل محمد كما صليت على ابراهيم وعلى آل إبراهيم، وبارك على محمد وعلى آل محمد كما باركت على إبراهيم وعلى آل إبراهيم في العالمين إنك حميد مجيد.

في الصلاة يزول الهم والضيق والغم قال رسولنا الكريم صلي الله عليه وسلم (من صلى عليّ صلاة واحدة صلى الله عليه عشرا)

استقيمي أيتها النفس عسى أن يكون الرحيل قريبًا.





الإبتسامة

ابتسم، ليس بالضرورة فرحًا، وإنما ثقةً وتفاؤلًا بأن الله لن يخيب ظنك الجميل. ابتسم فقد أوصانا رسولنا الكريم بذلك بقوله (تبسمك في وجه أخيك صدقة).

هناك نفوس تستطيع أن تصنع من كل شيء سعادة وحبورًا، تراها شعلة من خفة الروح والبهجة، فلا قيمة للبسمة الظاهرة إلا إذا كانت منبعثة مما يعتري القلب من سعادة وفرحة.

يقول أحمد أمين في (فيض الخاطر) "ليس المبتسمون للحياة أسعد حالًا لأنفسهم فقط، بل هم كذلك أقدر علي العمل وأكثر احتمالًا للمسؤلية وأصلح لمواجهة الشدائد ومعالجة الصعاب والإتيان بعظائم الأمور التي تنفعهم وتنفع الناس".

الإبتسامة تجعلك تشعر أفضل، فقد أظهرت دراسات أن الإبتسامة تطلق (إندورفينات) ومزيلات طبيعية للألم وكذلك

(السيروتونين)، وهذه الثلاثة تجعلك تشعر أفضل، من قمة الرأس إلي أخمص القدم وهذه الكيماويات الطبيعية لا ترفع مزاجك فحسب، لكنها أيضًا ترخي جسمك وتخفض آلام الجسد.. الإبتسامة دواء طبيعي.

وحتى يساعدك الابتسام على أن تظل إيجابيًا، حاول هذا الاختبار. فكر في شيء سلبي دون أن تفقد الابتسامة، فحتى عندما تكون الإبتسامة مصطنعة أو غير طبيعية فهي ترسل رسالة إلي المخ، ثم في النهاية لباقي أجزاء جسمك مفادها (أن الحياة حلوة)..

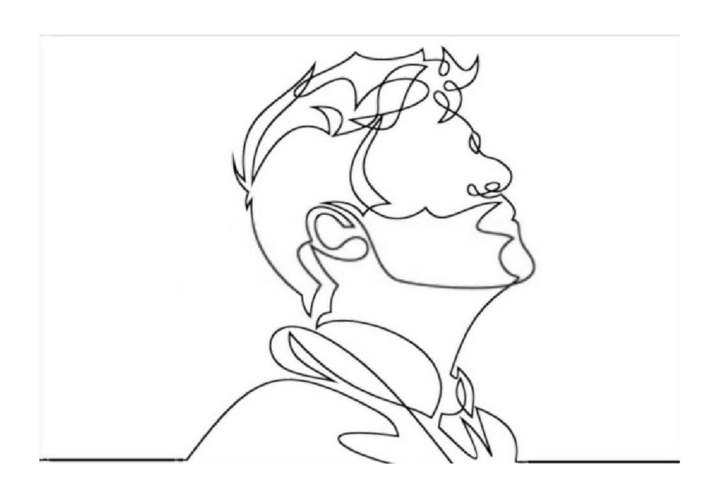
ابتعد عن الإكتئاب بالابتسام، ابتعد عن الضغوط بالابتسام، ابتعد عن القلق بالابتسام، وواصل طريقك إلى النجاح بالابتسام.

كان أبو الدرداء (رضي الله عنه) يقول إني لأضحك حتى يكون إجمامًا لقلبي (أي راحة لقلبي).

وكان رسولنا الكريم (صلى الله عليه وسلم) يضحك حتى تبدو نواجذه، فالضحك المعتدل دواء الروح من الهموم وبلسم للأحزان، والإبتسامة تجعلك في قمة الراحة، المهم أن يكون الضحك معتدلًا دون إسراف لأن (كثرة الضحك تميت القلب).

فالإسلام بُني على الوسطية والاعتدال في العقائد والعبادات والأخلاق والسلوك، فلا عبوس مخيف قاتم، ولا قهقهة مستمرة عابثة، لكنه جد وخفة روح واثقة. لذا كان من نعيم أهل الجنة التبسم والضحك.





التفاؤل

التفاؤل إنشراح للصدر من الهموم والغموم......

التفاؤل يعطي كمية طاقة إيجابية للقلب، فيصبح الإنسان المتفائل مرتاح الضمير وواثقاً من كل خطوة يخطوها نحو المستقبل؛ بخلاف الإنسان الموسوس الشكاك، فإنه إنسان بارد العزم وضعيف الأماني ولا ينال أي مرغوب، ولا يحقق أي مطلوب، ولا يسير نحو تحقيق أحلامه.

الحلم يقف مكتوفًا في أفكار العاجز، لذلك من أراد تحقيق حلمه يجب أن يتابعه وإلا صار عاجزًا، لا يشعر بنجاح، ولا يصادقه توفيق من الله، ولا يحالفه حظ، لأنه صدّق وسوسة الشيطان وإغواءه وظلامه الذي أحكمه عليه.

فإياك أن تستسلم لوسوسة الشيطان، فإنه يعدك الفقر والعجز والإخفاق والفشل والمرض.

المتفائل قد أعلن أول خطوات نجاحه بتفاؤله، ولا يترك أي أمر للتأجيل أو التردد من المستقبل.

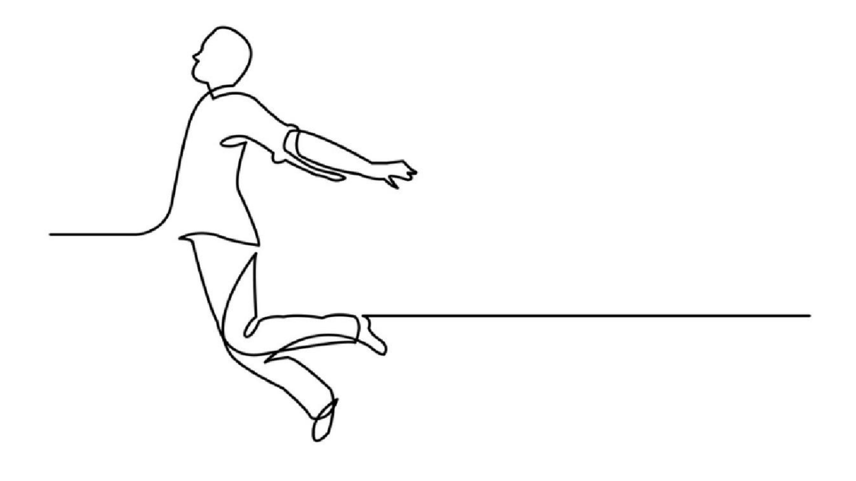
وكان من أجمل صفات العظماء الذين سجلهم التاريخ هي التفاؤل وإنشراح الصدر والثقة بعهدهم مع الله وانتصارهم على أنفسهم، لأن النفس أمارة بالسوء إلا ما رحم ربي.

كما تدعونا سنة رسولنا الكريم (صلى الله عليه وسلم) إلى النشاط والهمة، وليس التكاسل في تحقيق الأهداف، لأن النجاح لا يأتيك وأنت نائم علي وسادتك، وإنما عليك الأخذ بالأسباب. وتدعونا أيضا إلى الرضا لا السخط بما كتبه الله لنا. فيزداد المتفائل كل يوم إيمانًا وعلمًا وكرمًا ونبلًا وعطاء وخلقًا كريمًا.

أما من صدّق وسوسة الشيطان ووعوده الكاذبة الضالة فهو في خذلان وخسران مبين، ومبتور الرابطة بالتوفيق، فأصبح لا هو مع هؤلاء ولا مع هؤلاء، مذبذب متردد وشكاك وموسوس.

على العكس ممن عمّر الله قلبه بالإيمان، فهو الأنقى الأرقى الأبقى والأقوى. قال تعالى في سورة الضحى **ولَسَوْفَ يُعْطيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَى**، فطباع المؤمن من أهمها التفاؤل في كل جوانب حياته.

فكن دائمًا متفائلًا، وحدّث نفسك بالخير والهدى والانتصار على نفسك والنجاح والتوفيق، فأهم عقبة عليك تخطيها هي ترددك وخوفك من الانطلاق.



الثقة

الثقة في البشر لا تُبنى إلا بأيديهم، وبالمواقف التي يصنعوها لك ليقدموا لك ما يسعدك، ويخففوا عنك همومك وقت حزنك كي تسعد بوجودهم جوارك، ويكونوا لك درعًا واقيًا من هجمات الحياة عليك، مثل هؤلاء أشخاص أقرب للخيال في وفائهم لك ومستعدين أن يتركوا الحياة وما فيها لتكون أنت فقط معهم، ومستعدين أن يضحوا بأرواحهم من أجلك أنت فقط، لأنهم ببساطة مكتفين بك وحدك عن جميع البشر.

الثقة في أي إنسان لا تأتي هباء، إنما تأتي بعد كثير من المواقف والأحداث التي تثبت لك أن هذا الشخص جدير بالفعل بالثقة ولا يخون أو يبيعك أبدًا.

وبما أن الثقة لا تُبنى إلا بأيدي أصحابها، وتُهدم وتنهار أيضًا بأيديهم؛ لكن من الصعب -وبل من المستحيل- أن تثق بنفس

الشخص مرتين بعد أن هُدمت مكانته في قلبك وحياتك بخذلانه لك، وترك بداخلك جرحًا عميقًا بعمق ثقتك السابقة فيه، كي تداويه الأيام. سيكون من الغباء أن تفعل، فقد قال رسول الله (صلي الله عليه وسلم) **"لا يُلدغ مؤمنٌ من جحرٍ مرتين"**.

ولكن رغم مرور الأيام والسنوات ستظل آثار الخذلان والخيانة في قلبك تُذكرّك بما سبق، فتصبح شخصًا يخاف أن يكرر خطأه مرة ثانية، وربما تهدر فرصة الاقتراب من شخص جدير بالثقة. ستختبره عدة مرات قبل أن تمنحه ثقتك، فالقلب مازال يحمل آثار الجرح القديم، ويخشى تكرارها.

عندما تعطي الثقة لشخص ما في حياتك، يصبح لك الحياة بأكملها وتسعد بقربه، ولو غاب عنك تشعر بخلو مكانه حتى في وجود ألف شخص حولك.

لذا، فإذا أهدتك الحياة شخصًا مخلصًا جديرًا بالثقة، لا يخذلك ولا يخونك، فحافظ عليه، لأن الفرص لا تأتيك سوى مرة واحدة، فلا يوجد كثيرون ممن لديهم مثل ذلك الاستعداد ليتخلوا عن فرحهم كي تسعد أنت.

الثقة مثل قلعة من الرمال يصعب بناءها، لكن من السهل تدميرها.



الثقة بالنفس

الثقة بالنفس هي أهم قواعد البناء التي تستند عليها الشخصية، لكن يسهل هدمها إذا تزعزعت ثقتك الشخصية بنفسك ومن حولك؛ فشخصية الإنسان وثقته بنفسه تميزه عن غيره، فلا يميز الشخصية القيادية المثقفة عن الشخصية البسيطة إلا الثقة بالنفس والتغلب على المخاوف لتحقيق الأهداف.

الثقة بالنفس من أهم العوامل التي تساعد الإنسان على الطموح والإجتهاد، ومن ثم ارتقاء سلم المجد والرقي.

كيفية الثقة بالنفس وعدم الخوف:

تقبُل الذات كما هي وتحقيق السعادة بأن تحب نفسك، فأنت الوحيد الذي يعرف طريقة تفكيرك وتصرفاتك وكيف تجعلها أفضل وتتجنب الأخطاء .

راحة البال، والتي تكمن في معرفة ما ينبغي عليك فعله وغفران أي خطأ يحدث عرضًا، والعزم على فعل الصواب وترك الخطأ.

إسعاد النفس، فعش في الحياة كما تريد، مع التقيد بحدود حريتك وحياتك الشخصية، أما إذا ما قدمت سعادة الآخرين على سعادتك فستكتشف أنها خيبة أمل كبيرة. أنت وحدك من يعرف طريق سعادته.

لا تنتظر الحب من الآخرين، ولكن أظهِر مشاعرك وحبك لهم، فمن يحبك سيفعل ذلك منذ البداية، ولن يتطلب منك التسول والرجاء والعمل بقوة لتحظى بالحب.

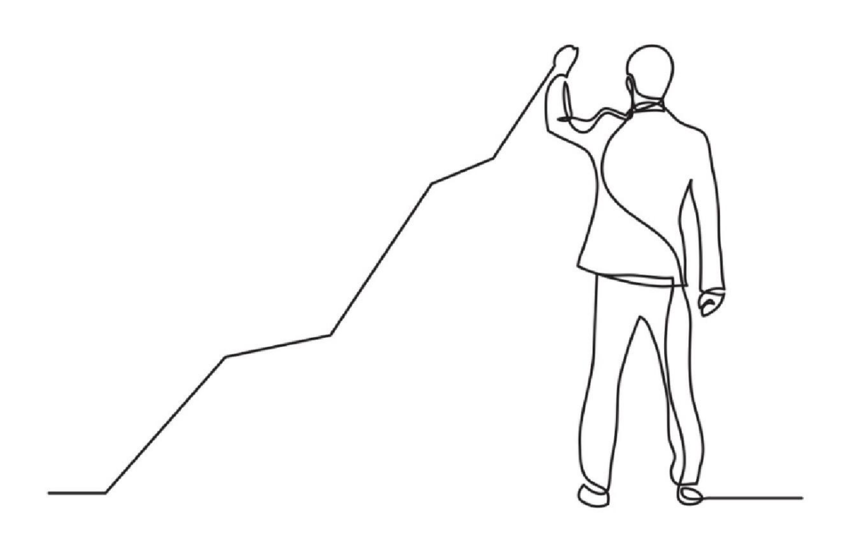
كن صديقًا وفيًا ولا تغدر بأصحابك، ولا تفشِ أسرارهم، وغض الطرف عن مساوئهم، وإن سببوا لك الألم والجرح البسيط تغاضى عنه.

الابتعاد عن الكلام السخيف التافه، والابتعاد عن محاولة إرضاء الناس بطرح الكلام غير اللائق في مختلف المواقف. تحدث بشكل ونبرة صوت واضحة، وإذا وجدت إعاقة لفظية فلا تفكر فيها، ولتثبت نفسك بموهبة بعيدة عن إعاقتك.

تمتع بالمسؤولية، وتحمل تبعات أخطائك وتصرفاتك المتهورة والطائشة أحيانًا، لا تكن مدينًا لأي شخص على الإطلاق وكن ملكًا لنفسك.

المصالحة مع نفسك، فجزء كبير من الراحة النفسية تجده في تقبل وضعك أيًا كان، وفي التعامل مع ظروفك بواقعية، والإيمان بأن الدنيا ليست جنة لكنها ليست جحيمًا أيضاً، فلا تقسُ على ذاتك واصنع التغير.

لا تنس فوق كل شيء واجبك أن تحب نفسك.



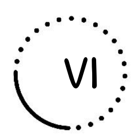
المنحة بعد المحنة

كثيرون من شقّت عليهم رحلة الحياة، فلا يدرون أي طريق يسلكونه لكي يمضوا فيه؛ ولكن أحيانًا بعد كل التعب والمثابرة والمشقة التي رأوها في حياتهم يجدونها تتحول إلى منحة، وتصبح المدخل الرئيسي للسعادة والرخاء والرقي.

الكثير من البشر نهارهم مثل ليلهم حالك الظلام، ولا يدرون متى تشرق عليهم شمس الحياة الذهبية التي تزيل عنهم الغم والهم والحزن، إلى أن يفتح الله عليهم أبواب رحمته الواسعة فيقولون لولا تلك المحنة ما أعطانا الله هذه المنحة التي تفتح أبواب الخير الكثير والبركة والسعادة.

قال الدكتور إبراهيم الفقي

"لولا تحدياتي لما تعلمت، ولولا تعاستي لما سعدت، لولا آلامي ما ارتحت، ولولا مرضي ما شفيت، لولا فقري لما اغتنيت،



لولا ضياعي لما وجدت، لولا فشلي لما نجحت، ولولاإدراكي لما أصبحت".

وقال الدكتور صموئيل جونسون:

"إن عادة النظر إلى الجانب الصالح من كل حادثة لهو أثمن من الحصول علي ألف جنيه في السنة".

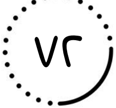
وقال أحد السلف لرجل من المترفين:

"إني لأرى عليك نعمة فقيّدها بالشكر".

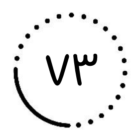
قال تعالى في سورة إبراهيم **لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ**.

لا تحزن مهما كانت الخسائر في عمرك ومهما فاتتك أشياء تحبها، فإياك أن يهتز إيمانك بربك مهما كانت ظروفك صعبة وطويلة، فما يقضيه ربك هو خير لك وسيعطيك فوق ما تتوقع من العطايا ما دمت تسأله من فضله.

الإنسان يستطيع دائماً أن يبدأ حياته من جديد في أي مرحلة من مراحله، مستفيدًا من دروس الألم وعثرات الطريق.



أصعب شيء في الحياة أن تكون كعود كبريت في حياة شخصٍ ما، يرميك بعد أن يضيء بك حياته.





لذة الايمان

لكل شيء مذاق يشعر به الإنسان العاقل الحكيم، مثل مذاق لذة الخشوع في الصلاة، أو قراءة القران، أو القراءة العادية في كتاب ثقافي أو ديني، لأنها لذة تعادل الدنيا وما فيها، لكن من يفقدها فقد خسر الدنيا وحلاوتها. كثير من الناس يسعد حين يأكل أكلة معينة تشعره بالسرور والسعادة، فيما يلقى البعض طعم السعادة الحقيقية والسرور في عبادة الله سبحانه وتعالى.

يقول أحد أبرز أطباء النفس، الدكتور كارل يونغ، في كتابه (الإنسان الحديث في البحث عن الروح):

خلال السنوات الثلاثين الماضية جاء أشخاص من جميع أقطار العالم لاستشارتي، وقد عالجت مئات المرضى ومعظمهم في منتصف مرحلة الحياة، أي فوق ٣٠ من العمر، ولم يكن بينهم من لا تعود مشكلته إلى إيجاد ملجأ ديني يتطلع من خلاله إلى الحياة.

من المهم أن يعرف الإنسان أن عبادته لله ليس لها عائد على الله، بالعكس هي كلها لك، لأن الله غني عن العالمين، فقد قال تعالى في سورة الحجرات (**بَلِ اللّهُ يَمُنُّ عَلَيْكُمْ أَنْ هَدَاكُمْ لِلْإِيمَانِ**)،فيالتعاسة من يبتعد عن الله.

ما أجمل أن تبتسم حين يظن الآخرين أنك سوف تبكي.



”لقائلها ..

بحار الدنيا لا تستطيع أن تطفيء جمرة صغيرة من نار جهنم، ولكن دمعة صغيرة من خشية الله تستطيع أن تحجب عنك نار جهنم .

۞

التقط حسناتك كما تلتقط أنفاسك، واعلم أنك بحاجة إليها أكثر مما تحتاج أنفاسك، فأنفاسك راحلة وحسناتك خالدة.

۞

السعيد في هذه الدنيا هو من إذا توقفت أنفاسه لم تتوقف حسناته.

اترك بصمة صالحة في الدنيا قبل أن ترحل، فإنما الدنيا كظل زائل حل فيه راكب ثم ارتحل مسافراً، فاترك وراءك ما تحيي به الأثر.

~

من وثق بنفسه لا يحتاج إلى مدح الناس إياه، ومن طلب الثناء فهذا دليل على ارتيابه في قيمة نفسه.

~

لو أن شخصاً استطاع قبلك أن يفعل شيئًا ناجحًا، فاعلم أنك قادر على النجاح بدورك، لأن هذا الشخص ليس أفضل منك؛ بل وربما صرت رائداً تقدم ما لم يقدمه أحد قبلك.

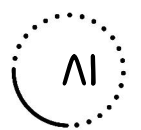
لا تهدم الجسور التي بنيتها وعبرتها، فربما تحتاجها للعودة يومًا ما.

∾

ما دمت تنوي الخير فأنت بخير، احرص على النية الحسنة لأنها تُكتب لك في ميزان حسناتكم، وعلى نياتكم ترزقون.

∾

ليس كل ما نحلم به سيتحقق، لهذا نحتاج القناعة في الأمور التي لا نستطيع لها تبديلًا، فالخيرة دائمًا فيما اختاره الله.



الموت ليس أعظم مصيبة في الحياة، وإنما أعظم مصيبة هي أن يموت في القلب الخوف من الله ونحن على قيد الحياة.

∾

قد تشعر بالحزن على أمر ما، وقد تبكي بكاء الطفل وتنام والله لا ينام عن تدبير أمورك، تمهل إنه يدبر لك في الغيب أموراً إن علمتها لبكيت فرحًا.

∾

قد تفقد أشياء جميلة وتحسبها لا تُعوض، وقد تُفاجأ بأشياء أجمل تنسيك ما ظننته لا يعوض.

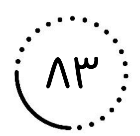
الناس نوعان: منهم من يتذكر أنك فعلت من أجله الكثير، فيحترمك؛ ومنهم من يتذكر أنك فعلت من أجله الكثير، فيستغل طيبتك.

ൾ

كل ما يجري في هذا الكون هو بمشيئة الله سبحانه وتعالى، فما شاء الله كان وما لم يشأ لم يكن، فلا يخرج عن إرادته الكونية شيء.

ൾ

اكتب مبادئك بقلم جاف، حيث الرسوخ والثبات؛ وأكتب آراءك بقلم رصاص، حيث التعديل والتصحيح.



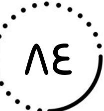
لا تنصدم بغدر الأقرباء، فقبلك يوسف عليه السلام غدر به إخوته.

❧

لا تحاول الانتصار في كل الخلافات، فأحيانًا كسب القلوب أولى من كسب المواقف.

❧

انتقد القول، لكن احترم القائل؛ فمهمتنا أن نقضي على المرض وليس المريض.



كن كالسماء علوًا وكالجبال ثباتًا وكالأرض تواضعًا وكالبحر كرمًا وكالليل سترًا وكالشمس نورًا وكالغيث أينما وقع نفع.

❧

في المستشفى، على اليمين رجل يستخرج شهادة ميلاد ابنه، وعلى اليسار آخر يستخرج شهادة وفاة أبيه؛ هذا مشهد يختصر الحياة.

❧

الخيرحولك، قد يأتيك مختبئًا في زحام مصيبة وأشجان بلية ودموع فقدٍ حارة؛ لكن لا تبتئس، فحتى أوجاعنا رحمة من الله أرحم الراحمين.

أمورنا مرتبة في السماء نظن أننا نختار، ثم يأتي (كن)فيكون وتعرف أننا لا نملك من أمورنا شيئًا.

∾

لن ينسى الله خيرًا قدمته وهمًّا فرجته وعينا كادت تبكي فأسعدتها.

∾

عش على مبدأ كن محسنًا حتى وإن لم تلق إحسانًا، ليس لأجلهم بل لأن الله يحب المحسنين.

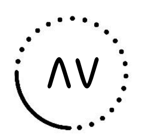
لا تصدق كل ما يقال ولا نصف ما تبصر، وإذا ابتلاك الله بعدو قاومه بالإحسان، فهو أقوى من العداوة؛ إدفع بالتي هي أحسن.

ᔓ

إذا هاجمك الناس وأنت على حق فافرح، لأنهم يقولون لك أنت ناجح ومؤثر، ولا يُرمي إلا الشجر المثمر.

ᔓ

عندما تنتقد أحدًا، فبعين النحلة تعود أن تبصر، ولا تنظر للناس بعين ذباب فتقع على ما هو مستقذر.



لا تشمت ولا تفرح بمصيبة غيرك، وإياك أن تسخر من شكل أحد، فالمرء لم يخلق نفسه، وفي سخريتك أنت في الحقيقة تسخر من صنع الخالق عز وجل.

~

دائما نقول إن الزمان القديم جميل، أنتم كذلك سوف تصبحون زمانًا قديمًا في المستقبل فاجعلوه جميلًا.

~

حين تظن أن الحظ ليس يصفك والدنيا لا تنصفك، تذكر أن تلك التي تنهي صلاتها بالدعاء لك تعرف أن القادم هو الأجمل.



تحريك لسانك بذكر الله لا يجهدك ولا يعطل مشاريعك ولا يفسد جدول يومك، بل يصلك منه غنائم وكنوز عظيمة.

ᔓ

لا أحد يهتم بدقة تفاصيلك الحزينة، لا أحد يشعرك بالاتساع في الضيقة، لا أحد يستمع إليك مطولًا ومكرّرا غير الله، فهو الملاذ الذي لا يصدك ولا يملك.

ᔓ

التلذذ بالعطاء وقضاء حوائج الناس لا يعرفه سوى العظماء وأصحاب الأخلاق الفاضلة.

جميل أن تبتسموا رغم ألم كل شيء، وجميلة هي الثقة بالله وبأن كل وجع سيمضي يومًا ما.

☙

من أراد أن يحرسه الله ويحميه من عدوه فليقرأ القرآن وَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ جَعَلْنَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ حِجَابًا مَّسْتُورًا

☙

أخفى الله القبول لتبقى القلوب على وجل، وأبقى باب التوبة مفتوحًا ليبقى الإنسان على أمل، وجعل العبرة بالخواتيم لئلا يغتر أحدٌ بعمله.

لو كان الشكل والجسم أهم من الروح ما كانت الروح تصعد للسماء والجسم يُدفن تحت التراب.

~

كم من مشهورٍ في الأرض مجهول في السماء، وكم من مجهولٍ في الأرض معروف في السماء؛ المعيار هو التقوى وليس الأقوى أو الأغنى أو الأذكى أو الأجمل إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ

~

الهروب لا يعني دائمًا الجُبن، أحيانًا يكون محاولة للذهاب لعالم أكثر طمأنينة.

إن لم تحصل على ما أردت يومًا فلا تقل من سوء حظي، بل قل لعل الله أراد لي الأفضل.

∾

إذا لم تستطيع أن تترك أثرًا جميلًا في القلوب فلا تزرع فيها ألمًا لا يُنسى.

∾

إياك أن تحلم إلى الدرجة التي تنسى فيها الواقع، وإياك أن يحاصرك الواقع إلى درجة تنسى فيها أحلامك.

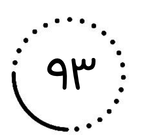
لا تبحث عن سعادتك عند الآخرين، وإلا ستجد نفسك وحيدًا وحزينًا، بل ابحث عنها داخل نفسك، وبالتقرب إلى الله ستشعر بالسعادة ولو بعد حين.

❧

أسعد إنسان هو من لا ينتظر شيئًا من أحد إلا من الواحد الأحد.

❧

افعل كل ما أنت مقتنع به، لأنك لن تسلم من كلام الناس على أية حال.



الدنيا ثلاثة أيام: الأمس عشناه ولن يعود؛ اليوم نعيشه ولن يدوم؛ والغد لا ندري أين نكون.

❧

الوقوف على قدميك يمنحك مساحة صغيرة في هذا العالم، لكن الوقوف على مبادئك يمنحك العالم كله.

❧

إذا نصحك شخص بقسوة فلا تقاطعه، بل استفد من ملاحظته، فوراء قسوته حب عميق، ولا تكن كالذي كسر ساعة منبه لم يكن لها ذنب إلا أنها أيقظته.

لا تكثروا من الفضفضة، فإنكم لا تدرون متى يخون المنصتون.

❧

إذا طرق الحب باب قلبك فلا تستعجل وتفتح له، فإن في الشارع أطفال يلعبون، يطرقون الأبواب ويهربون.

❧

من وهب نفسه للدنيا لن تعطه الدنيا إلا قطعة أرض يُدفن فيها، ومن وهب نفسه لله سيعطيه الله الجنة عرضها السماوات والأرض.

حينما لا يدرك أحد حجم توجعك ولا يعلم قدر تخوفك وحزنك وغصتك، طبطب بيدك على قلبك ورتل عليه أَوَلَيْسَ اللَّهُ بِأَعْلَمَ بِمَا فِي صُدُورِ الْعَالَمِينَ

❧

سقوط الإنسان ليس فشلًا، ولكن الفشل أن يبقى حيث سقط.

❧

انصح ولا تفضح، وعاتب دون أن تجرح؛ عامل الشخص على حاضره وليس ماضيه، وعلى عقله وليس عمره، وإن لم تنفع أحداً فلا تضره.

لا تنتظر أحداً ينير لك عتمتك، جاهد بنفسك لتنيرها.

❧

لو جلست تتذكر إساءة الناس لك فلن تصفو مودتك حتى لأقرب الناس إليك، فغض الطرف وتغافل عن الزلات واعتمد النسيان كي تسعد مع من هم حولك.

❧

مهما أحسست بالكسرة اترك في قلبك فتحة ليدخل منها الأمل؛ لا ترض أن تكون مجرورًا لأحد مهما كان قريباً منك، وكن دائماً مرفوع الرأس.

لا تثق بكل من يبتسم لك، وانتبه لأدوات النصب، فلا تترك مستقبلك مبنياً للمجهول، ولا تتردد في التعبير عن مشاعرك، فالمشاعر بعد أوانها تصبح ممنوعة من الصرف.

☙

الشخص الذي يجعلك من أساسيات يومه يستحق أن تبني له في قلبك وطناً يليق به.

☙

تريد النجاح؟ ثق بالله ثم بنفسك، وتجاهل من يقول هذا صعب أو هذا مستحيل؛ الثقة بالله هي عقلية العظماء.

العزيمة تكمن فيك؛ أنت من يقرر أين ومتى، فلتدع حجة القدر لمن أرادوا أن يُنعتوا بالفاشلين.

∾

لا تنحني لتلتقط ما سقط من حياتك، لأنك إذا انحنيت يسقط الأكثر. أكمل طريقك وستقابل الأفضل.

∾

خذ الأشياء التي تؤلمك علي أنها هدايا من الله، تذكر أن الله يحبك ولهذا يبتليك ليُطَهِرُك من ذنوبك ويقربك منه، فقل الحمدلله.

لا تهتم بمن يبقى معك رائعًا في البداية، اهتم بمن يبقى معك رائعاً حتى النهاية، ففي البداية كلهم رائعون.

∾

من يرخصك بالتجاهل أكرمه بالرحيل، وأكرم قلبك المتعب بالبعد عنه.

∾

في الحياة سعادة يستحقها قلبك الطيب، فخسارة البعض مكسب لصحتك النفسية.

أحيانا لا فائدة من رجوع بعض الأشخاص إلينا، فما فائدة الهواء إذا عاد لشخص ميت.

∾

القلوب مزارع، فازرع فيها الكلمة الطيبة، فإن لم تتمتع بثمرها تتمتع بخضرتها.

∾

لا تكثر الكلام مع الراحلين، قل لهم شكرا على طيب اللقاء وامضِ، فإن الحياة لا تتوقف على أحد.

ليس كل من تحبه يسعدك، وليس كل من تكره يحزنك، فالسكين رغم نعومة ملمسها إلا أنها تجرح، والدواء رغم مذاقه المر إلا أنه يشفي.

∾

لا تحبط الآخرين بكلامك حتى لو كنت ترى الحياة تعيسة، فغيرك يحتاج الأمل؛ فإما تساعده أو تصمت.

∾

لن تسعد بالسفر من بلد إلى بلد وهمك معك، ولكن انتقل من شعور إلى شعور لتجد السرور.

الشخص الذي حطمك لا يمكنه أن يكون ذلك الذي سيعالجك.. تذكر ذلك.

☙

تعلّم كيف تتجاهل كل شيء، وكيف تقف وحيدًا دون مساعدة أحد؛ تعلّم ألا تعيش على الانتظار ولا تكن هامشًا بحياة أحد، تجاهل مشاعرك كثيرًا واستوعب أن لا أحد يدوم للأبد.

☙

الذي كفاك هم الأمس سيكفيك هم اليوم؛ توكل عليه وسلّم أمرك إليه.

كلمة شكر

الحروف لا تسعفني ولا تعبر عما أكنه في وجداني لكل من ساندني في إخراج هذه الكلمات لكم، وهذا العمل المتواضع ليكون بين أيديكم الآن.

إلى منبع النور

أمي.. آمنة أحمد محمد

وأبي فوزي حسن محمود

أحب أن أشكر من أعماق قلبي

أحمد محمد أحمد ❋ محمد أحمد قاسم المنصوري

وانتظروني في صفحات جديدة قادمة

فهرس المحتويات

الفؤاد
للنشر والتوزيع